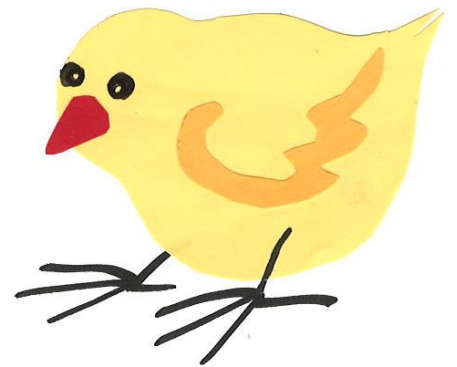


Psykosociala föreningen Sympati



Eriksgatan 8 IV våningen
00100 Helsingfors
Telefon till kansliet: 045 863 7800
www.sympati.fi

Verksamhetsledare Anne Ahlgren: 050 446 2974
Ordförande Johanna Cresswell-Smith
info@sympati.fi
Bankkonto FI21 4055 1150 0004 57



VERKSAMHETSLEDARENS SPALT

Hej kära Sympatimedlemmar,

Äntligen får jag komma med glädjande nyheter till er alla! Sympati på Eriksgatan står öppet och vi försöker återgå till vår normala dagordning. Det betyder att vi igen har Öppet Hus med kaffestund i flera timmar både måndagar och onsdagar. Förstås börjar grupperna "Läs och lyssna" och "Fånga ordet" igen träffas på Sympati varannan vecka. Sångstunderna startade ju redan i slutet av februari. Dessutom erbjuder vi aktiviteterna som vi brukar ha 1 gång per månad, d.v.s. "Hantera vardagen", "Dator- och mobiltelefonstöd", "Ångestgruppen", "Motionseftermiddag", "Medlemsforum" och "Träffa kompis ute".

Två långa år har vi haft skralt med fester, men nu blir det andra bullar. Vi träffades ju redan på två mini-vändagsfester för några veckor sedan och nu kan vi se fram emot ett Wappenjippo i april!

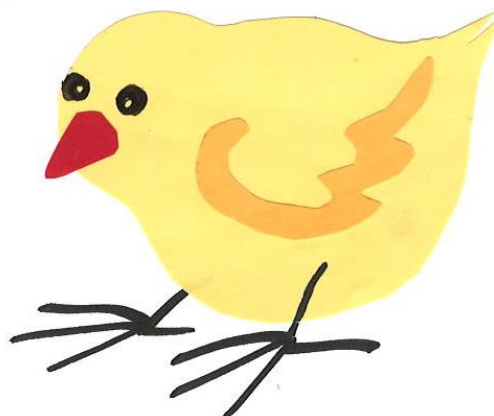
Då allehanda coronarestriktioner infördes i Finland påpekade experter att det paradoxalt nog är lättare att införa restriktioner än att backa ur dem. Och faktiskt kan det för gemene man kännas ovant, nytt, konstigt och t.o.m. litet skrämmande med att restriktioner plötsligt avskaffas och att man hux flux borde kunna omställa sig för att igen delta i aktiviteter som innan pandemin var en naturlig del av ens liv.

Monica Halinen (psykiatrisk sjukskötare & psykoterapeut) kommer därför till Sympati torsdagen den 3.3 kl. 14-15:30 för att prata med oss om frågor som känns särskilt angelägna för oss nu då restriktionerna avvecklas på alla håll.

Jag tillönskar er en fin vår!

Anne

PS: Vi går på **bio i mars** för att se den **nya filmen "Utvandrarna"**, anmäl preliminärt intresse redan nu!



VINTERPROMENAD I KRONOHAGEN



foto: Gun Lindström

Alla stadsdelar i Helsingfors har en historia att berätta. Kronohagen har särskilt många och den mest ikoniska platsen är väl Senatstorget med domkyrkan och de omgivande monumentala byggnaderna från 1800-talet. Vid den här tiden var Helsingfors en liten stad med huvudsakligen små trähus. När Helsingfors utsetts till huvudstad år 1812 bestämde kejsar Alexander I att här skulle uppföras ett nytt centrum värdigt ett storfurstendöme. En ny stadsplan ritades och administrativa och kyrkliga byggnader uppfördes. För den enhetliga empirestilen kan vi tacka arkitekten Carl Ludvig Engel som fick uppdraget att skapa ett nytt centrum efter att gamla byggnader revs. Torget var en byggplats i många år.

Vi har faktiskt en expert på detta i våra egna led, nämligen Gun Lindström. Hon har i flera år haft Kronohagen som specialintresse. Välkommen med på en spännande ”resa” där vi kan höra historiens vingslag och lära oss mycket intressant under promenaden. Efteråt cafébesök, Sympati bjuder!

torsdagen den 10.3 kl. 14-15:30. Vi träffas vid kejsar Alexander II:s staty.

KALLELSE TILL VÅRMÖTE

Onsdagen den 27.4.2022 kl. 16:00 på SFV-huset G18, Georgsgatan 18, Helsingfors. Mötesutrymmet heter 101 och finns i första våningen invid huvudtrappan. Den som behöver undvika trappor kan ta vägen genom G16:s innergård -> G18 innergård -> rampen in till G18. På mötet följer vi myndigheternas eventuella restriktioner eller rekommendationer med anledning av coronasmittorisk.

Det är möjligt att delta virtuellt på den digitala plattformen Zoom via en länk som sänds ut till medlemmar som så önskar via e-post den 26.4.

Kom med för att få viktig information och för att kunna påverka!

Föredragningslistan:

§1. Mötet öppnas

§2. Val av mötesordförande, sekreterare, två protokolljusterare och vid behov två rösträknare

§3. Mötets laglighet och beslutsförhet konstateras

§4. Föredragningslistan för mötet godkänns

§5. Bokslutet, årsberättelsen och verksamhetsgranskarnas /revisorernas utlåtande presenteras

§6. Beslut om fastställande av bokslutet och beviljande av ansvarsfrihet till styrelsen och andra ansvarsskyldiga

§7. Mötet avslutas

VÄLKOMMEN

S t y r e l s e n

Kopior av verksamhetsberättelsen och bokslutet finns på kansliet (fr.o.m. 21.4) och finns med på mötet. Om du vill ha dem redan på förband eller om du vill följa med mötet virtuellt, kontakta vänligen Anne (anne.ablgren@sympati.fi eller tfn 050 446 2974).

HÄNDELSEKALENDER MARS 2022

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
	<p>1 Fånga ordet med Marika kl. 15-16:30</p> <p>Anmälning till fredagens "Hantera vardagen"</p>	<p>2 Öppet Hus med Inger (Inkku) & Nina P. kl. 13:30-16</p>	<p>3 Exit ur corona är efterlängtat, men känns ovant Kom med för att få kamratstöd och för att diskutera, Monica Halinen leder kl. 14-15:30</p>	<p>4 Hantera vardagen kl. 13-16, Matlagning med Elisabeth på Busholmen.</p>	5	6
<p>7 Öppet Hus med Rita & Sångstund med Bo kl. 13-16</p>	<p>8 Läs och lyssna med Rose-Marie kl. 13-15</p>	<p>9 Öppet Hus med Gun kl. 13:30-16</p>	<p>10 Vinter- promenad till Kronohagen med Gun kl. 14-15:30</p>	<p>11 Dator- och mobil- telefonstöd med Toni kl. 14-15</p>	12	13
<p>14 Öppet Hus & PÅSK-PYSSEL med Ancki och Siv kl. 13-16</p>	<p>15 Fånga ordet med Marika kl. 15-16:30</p>	<p>16 Öppet Hus med Inger (Inkku) & Nina P. kl. 13:30-16</p>	17	<p>18 Träffa kompis ute kl. 14 Bo väntar utanför Sympati</p>	19	20
<p>21 Öppet Hus med Rita & Sångstund med Bo kl. 13-16</p>	<p>22 Läs och lyssna med Rose-Marie kl. 13-15</p>	<p>23 Öppet Hus med Gun kl. 13:30-16</p> <p>Ångestgrupp med Johanna kl. 15-16</p>	<p>24 Medlems- forum med Anne kl. 14:15-15:30</p>	<p>25 Motions- eftermiddag med Kriss och Bruno kl. 14 Bowling eller simning, Sympati betalar och bjuder på kaffe på café</p>	26	27
<p>28 Öppet Hus med Ancki kl. 13-16</p>	<p>29 Fånga ordet med Marika kl. 15-16:30</p> <p>Anmälning till "Hantera vard."</p>	<p>30 Öppet Hus med Inger & Nina kl. 13:30-16</p>	31			

HÄNDELSEKALENDER APRIL 2022

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
				1 Hantera vardagen kl. 13-16, <i>Matlagning med Elisabeth på Busholmen.</i>	2	3
4 Öppet Hus <i>med Rita & Sångstund med Bo</i> kl. 13-16	5 Läs och lyssna <i>med Rose-Marie</i> kl. 13-15	6 Öppet Hus <i>med Gun</i> kl. 13:30-16	7	8 Dator- och mobiltelefonstöd <i>med Toni</i> kl. 14-15	9	10
11 Öppet Hus <i>med Ancki</i> kl. 13-16	12 Fånga ordet <i>med Marika</i> kl. 15-16:30	13 Öppet Hus <i>med Inger & Nina</i> kl. 13:30-16	14	15 <i>Långfredag, stängt</i>	16	17 <i>Påskdagen</i>
18 <i>Annandag påsk, stängt</i>	19 Läs och lyssna kl. 13-15 <i>Ring före!</i>	20 Öppet Hus <i>med Gun</i> kl. 13:30-16	21	22 Träffa kompis ute kl. 14 <i>Bo väntar utanför Sympati</i>	23	24
25 Öppet Hus <i>med Ancki</i> kl. 13-16 <i>Anmälning till Wappenjippot senast i dag kl. 16!</i> <i>(Förbundets Vårmöte på G18)</i>	26 Fånga ordet <i>med Marika</i> kl. 15-16:30	27 Öppet Hus <i>med Inger & Nina</i> kl. 13:30-16 Vårmöte kl. 16 på G18 & via Zoom	28 Motions-eftermiddag <i>med Kriss och Bruno</i> kl. 14 <i>Bowling eller simning, Sympati betalar och bjuder på kaffe på café</i>	29 Wappenjippo i Gamla kyrkoparken för anmälda kl. 14-15 <i>Vi sjunger in våren</i>	30	

Exit ur coronakrisen betyder att man avvecklar restriktionerna och återgår till normalläge i Finland. Men den som vill får nog i mars och april fortsättningsvis använda ansiktsmask på Sympati. God handhygien fortsätter vi förstås med!

HJÄLPANDE TELEFONER

Svenskspråkig kristelefon Må & on 16-20, ti, to & fr 9-13	09-2525 0 112
Kriscentret för förebyggande av självmord SOS-kriscentret , Magistratsporten 4 A, 4:de vån. Öppet vardagar kl. 9-15	09 4135 0510
SOS landsomfattande kristelefon på finska Telefonjour på finska 24/7, d.v.s. 24 timmar per dygn, 7 dagar i veckan	09 2525 0 111
Socialvården, Helsingfors Stad (Båda öppna dygnet runt) Krisjouren Socialjouren	09 310 44 222 020 696 006
Seniorinfo Information om socialvårdstjänster för seniorer +65 år, må - fre kl. 9-15	09 310 44 556
Krisjouren för unga Må 9-11 telefonjour, ti-to 9-11 besöks- och telefontj. för 12-29 åringar	045 341 0574
Församlingarnas samtalstjänst Varje dag kl.10-13 och kl. 20-23, även nät-, chat-, brevjour	0400-22 11 90
Giftinformationscentralen , dygnet runt Info om hälso- och sjukvårdstjänster , dygnet runt	0800 147 111, 09 471977 09 310 10023
Brottsofferjouren På svenska on kl. 13-17, på finska må-ti kl. 13-21, on-fr kl. 17-21	116 006
AA – anonyma alkoholister Telefonjour på finska kl. 9-21 dagligen Telefonjour på svenska kl. 15-19 dagligen	09-750 200 045 312 3833
KRAN rf Utvidgad stödtelefon vardagar kl. 13-17	050 313 9926



Vi tackar Stiftelsen
Tre Smeder för bidraget

